TRETTONDE … EN · 1904 · ÅTTONDE HÄF…

Krogström, S.
Den svenska gymnastiken och … Vallgren

ILLUSTRERAD MÅNADSSKRIFT UTGIFVEN AF KARL WÅHLIN

REDAKTIONENS OMBUD:

I HELSINGFORS: PROFESSOR WERNER SÖDERHJELM

I KRISTIANIA: FÖRFATTAREN ANDREAS JYNGE

I KÖBENHAVN: REDAKTÖR CARL BEHRENS

PRIS FÖR HEL ÅRGÅNG (12 HÄFTEN) 12 KR.

WAHLSTRÖM & WIDSTRAND
STOCKHOLM

VILHELM TRYDE
KÖBENHAVN

INNEHÅLL.

Vid Kalmar sund. Färglagd teckning af *Nils Kreuger.*

Vinterbild från Norge. Oljemålning af *Gustaf Fjæstad.*

Sid.

Interiörer från Gustaf IV Adolfs tid. (Hos miniatyrmålaren Bossi. — Ryssens spådom. — Ett konstnärsämne. — Dramatiska societeten. — Nyheter från riksdagen i Norrköping.) Ur samtida anteckningar af *Malla Montgoméry* ... 433

Bilder: Gustaf Adolfs torg. Mezzotintgravyr af *J. F. Martin.* — Jacob Johan Ankarström. — Norrköping. Mezzotintgravyr af *J. F. Martin.*

Malla Montgoméry-Silfverstolpe. Dikt af *Lotten von Kræmer* 441

Den svenska gymnastiken och bröderna Kellgren. Af *Sally Högström* 443

Bilder: Henrik Kellgren. — Arvid Kellgren.

Zaren af Moskovien. En Rejsehistorie. Af *Laurids Bruun* 449

Konsthandtverk 454

Bilder: Portièreöfverstycke, komponeradt af fröknarna *Widebeck* och *Wästberg.* — Skåp af *Alf Wallander.* — — Fönstergardiner, komponerade af *Frida Lönngren.* — Vas i sgrafito af *G. Wennerberg.* — Vas i grès-manér (grand feu) af *Nils Barck.* — Glasvas af *G. Wennerberg.* — Matsalsskänk, ritad af *A. Arvidius.* — Taburett, bord och länstol, ritade af *Hildur Wåhlin.* — Nattduksbord, ritadt af *Hildur Wåhlin.* — Glasvaser af *Gunnar Wennerberg.* — Bordduk med applikationsarbete, komponerad af *Alf Wallander.* — Toalettbyrå, ritad af *Hildur Wåhlin.* — Perm, komponerad af *Bror Almqvist.* — Vaser och skålar i färgadt glas af *Louis C. Tiffany* (New-York). — Bläckhorn, skulptur af *Aron Jerndahl.* — Skål, skulptur af *Aron Jerndahl.* — Vaser i etsad och drifven, förgylld och försilfrad koppar, af *Hj. Norrström.* — Vaser i grès-manér (grand feu) af *Nils Barck.*

Karl XII:s ritbok. Af *E. Brunnström* 459

Bilder: »Hvalfisken». — Redutt. — Fästning. — Svan. — Manshufvud. — Stork. — Uggla. — Vargjakt.

Vårvandring. Af *Gustaf Ullman* 463

Den nord-ariske Race. Af *Carl v. Kohl* 465

Ett problem i Krapotkins »Inbördes hjälp». Af *G. A. Jäderholm* 470

Ur bokmarknaden. Svenska memoarer och bref utg. af Henrik Schück och Oscar Levertin. Band V—VII. Af *Johan Mortensen.* — Gustaf af Geijerstam: Skogen och sjön. Själarnas kamp. — Tor Hedberg: Sånger och sagor. Af *Fredrik Böök* 474

Bilder: G. G. Adlerbeth. — Elis Schröderheim. Gravyr af *J. Snack.*

REDAKTIONEN AF ORD OCH BILD.

Sturegatan 52. Öppen kl. 10—12 f. m.

Allm. tel. 987.

EXPEDITIONEN AF ORD OCH BILD.

WAHLSTRÖM & WIDSTRAND.

Brunnsg. 6—8. Öppen kl. 9 f. m.—7 e. m.

Rikstel. 36 22. Allm. tel. 61 59.

Nervösa åkommor, reumatism, ömtålighet m. m. behandlas framgångsrikt hela året om vid **Kneipp-Baden.** Prosp. uti Fritzes bokh.

Äldre årgångar
af
värdefulla utländska tidskrifter
säljas till mycket nedsatta priser å
Redaktionen af Ord och Bild.

Ord och Bild är yppersta annonsorgan

för alla varor afsedda för jämnt fortgående afsättning och särskildt för alla slags lyx- och konstföremål äfvensom för nyutkommen litteratur.

Kungariket Sachsen.
Technikum Mittweida.
Rektor: **Prof. A. HOLZT.**
Högre teknisk läroanstalt för elektro- o. maskiningeniörer.
Elektrot. och maskinlaboratorier.
Läroverkstäder.
I 36:te läsåret 3610 studerande.
Program etc. kostnadsfritt.
gen. sekretariatet.

pam (B) / KEL

DEN SVENSKA GYMNASTIKEN OCH BRÖDERNA KELLGREN.

WELLCOME LIBRARY INSTITUTE
303850

Af SALLY HÖGSTRÖM.

Med 2 bilder.

BLAND SVENSKAR, som i utlandet gjort sitt fädernesland heder, intaga bröderna Henrik och Arvid Kellgren i London ett framstående rum. De ha gjort den svenska gymnastiken känd och uppskattad i ett land, där den väl före dem var tämligen okänd, och de ha på sjukgymnastikens område, på grundvalen af Lings för alla tider bestående system — hvilket de i vissa hänseenden själfständigt utarbetat och tillämpat — utfört ett arbete, som är väl värdt att röna uppmärksamhet och erkännande äfven i hemlandet.

Att bröderna Kellgrens metoder vid sjukgymnastisk behandling i somliga hänseenden afvika från den i Sverige sedvanliga torde vara tämligen kändt. Hvad jag för min del skulle vilja framhålla såsom det mest förtjänstfulla är deras trogna fasthållande vid det Lingska systemets grundprincip: en allsidig och harmonisk behandling af *hela* människokroppen. Det är beklagligen alltför vanligt, att i Sverige ordineras af läkare och utföres af gymnaster och massörer en ensidig knådning af en sjuk lem utan någon fullständig behandling, som inverkar på hela patientens system, ökar omsättningen och hjälper den sjuke att tillgodogöra sig den lokalt gifna behandlingen. Ett sådant förbiseende visar, att man i Lings hemland alltför mycket glömt den store mannens geniala idéer. Men det noggranna iakttagandet af denna princip om en allsidig inverkan på hela systemet torde man kunna tillskrifva en ej ringa andel i förtjänsten af de många lyckade kurer, för hvilka våra ofvan nämnda i London praktiserande landsmän gjort sig kända.

Den yngre af de båda bröderna, D:r med. Arvid Kellgren, har uti sin doktorsafhandling, »The Technic of Ling's System of manual Treatment», som 1890 utkom på engelska, framhållit detta: att flertalet svenska läkare missakta sitt eget nationella system, i det de ensidigt ordinera »massage», oaktadt massagens handgrepp utgöra blott en ringa del af Lings passiva rörelser. Och han påpekar, huru de »gå öfver ån efter vatten» genom att upptaga ett utländskt massagesystem, det Metzgerska. Hvad den svenska allmänheten beträffar, så kan man rent af få höra den uppfattningen, att det är Metzger som »uppfunnit massagen»; det tycks vara ganska många äfven bland bildade personer som ej ha en aning om, att en svensk man långt

före den mycket omtalade holländaren praktiserat och utlärt detta behandligssätt — för att nu inte tala om att det sedan årtusenden på ett mera primitivt sätt utöfvats i Österlandet.

På sjukgymnastikens område är främst att framhålla såsom utmärkande för den Kellgrenska behandlingen den stora användningen af nerv-vibrationer och andra vibrationer. Redan Ling och hans närmaste efterföljare Branting och Georgii hafva ganska mycket begagnat sig af vibrationer (darrningar) samt delvis äfven direkt inverkat på nerverna genom friktioner och darrning, såsom synes uti Georgiis arbete »Traitement des maladies par le mouvement», Paris 1847. Däri omnämnes, hur friktioner gående framifrån och bakåt öfver hjässan uti linjer af den longitudinella och de laterala sinus (blodlederna) förminska blodstockning åt hufvudet och kongestion åt hjärnan samt att dessa friktioner förorsaka en kall rysning nedåt ryggen.

De försökte likaledes friktioner öfver Nervus phrenicus och Nervus ischiadicus, men det är Henrik Kellgren som äran tillkommer af att ha, såsom ingen sjukgymnast före honom, utarbetat och framgångsrikt tillämpat detta behandlingssätt.

Doktor Arvid Kellgren har först i en artikel i den engelska medicinska tidskriften »Medical Press and Circular» (juli 1888) och sedan i sin ofvan nämnda bok meddelat sina erfarenheter om de verkningar som åstadkommas genom nerv-vibrationer, under hvilket namn han här — utgående från den synpunkten att båda slagen af rörelser äro afsedda att bringa nervsträngar i dallring — sammanfattar nerv-friktioner och nerv-vibrationer i egentlig mening. Dessa verkningar äro:

1. Höjande af den nervösa energien.
2. Lindrande af smärtor.
3. Sammandragning af de mindre blodkärlen (såsom exempel härå anföres den starka köldkänsla, hvilken såsom nyss antyddes uppkommer vid friktioner öfver halsflätans känselnerver uti nacken).
4. Sammandragning af musklerna.
5. Ökad afsöndring från körtlarna.
6. Minskad afsöndring från huden och
7. Temperaturens sänkande.

Nervfriktioner utföras med fingerspetsarna tvärs öfver nervsträngen, »såsom en harpspelare behandlar strängarna på sin harpa»; deras verkan är, säger doktor Kellgren, likartad med den som erfares af en elektrisk ström. Och är det fråga om att höja den nervösa energien — såsom i fall af förlamning m. m. — användas de företrädesvis. Men gäller det att stilla smärta, såsom t. ex. vid höggradig migrän och akut ischias, verka dock vibrationer i egentlig mening vanligen snabbare och säkrare, hvarjämte de i de allra flesta fall äro alldeles smärtfria. Dessa rörelser — hvilka D:r Arvid Kellgren varit den förste att i tryck beskrifva och i hvilkas praktiska utförande han väl kan sägas vara oöfverträffad — äro synnerligen svåra att gifva, och det torde ej vara lönt att för icke fackmän söka beskrifva huru de utföras. Jag vill blott säga, att de kräfva stor elasticitet och skicklighet i hand och arm och äfven styrka och uthållighet, enär de äro betydligt ansträngande att gifva —, och den, som ej af naturen har lämpligt handlag härför, kan ej, med aldrig så mycket arbete, lära att gifva dem på rätta sättet.

»Det lider intet tvifvel», säger D:r Arvid Kellgren i ofvan nämnda arbete, »att vi i nervvibrationerna, förbundna med andra passiva och aktiva rörelser, äga ett mäktigt vapen mot de flesta nervsjukdomar. — Sjukgymnastikens re-

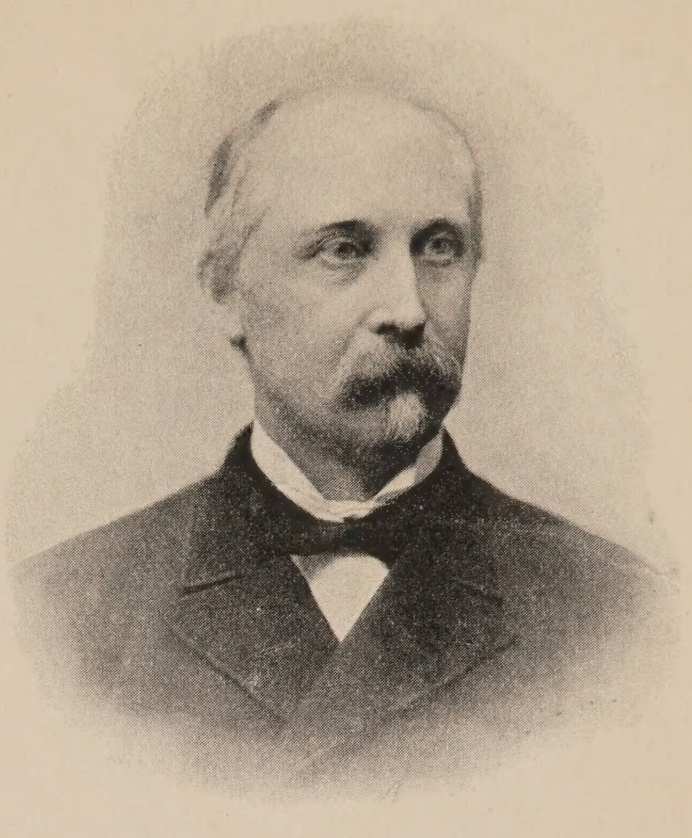
22501266359

sultat skulle i dessa sjukdomar blifva ännu gynnsammare, om blott patienterna något tidigare ville underkasta sig behandlingen. Nu tillgripes den vanligen blott som ett sista medel, sedan alla andra slagit fel. På så sätt ha vi att bekämpa ej blott själfva sjukdomen i långt framskridet stadium utan äfven den sjukes nedslagenhet och energilöshet, som så ogynnsamt återverka på allmänbefinnandet.»

Det vore i sanning önskvärdt att den lidande mänskligheten mera allmänt visste, hvilket förträffligt smärtstillande och helande medel sjukgymnastiken äger i de manuella vibrationerna och nervvibrationerna — vare sig det gäller akuta sjukdomar eller kroniska lidanden. En hel del gifter — antipyrin, phenacetin, morfin och hvad de alla heta — skulle då kanske i ro få hvila på apotekshyllorna. I fråga om hufvudvärk t. ex., som är en så vanlig och för det mesta så envis åkomma och som af läkare ofta nog betraktas som en bagatell — något hvari patienterna äro alldeles oense med dem! — plägar en behandling med nervfriktioner och vibrationer, i förening med öfrig sjukgymnastik, visa förvånande snabba resultat, och detta ingalunda blott för stunden, utan med varaktig förbättring som följd.

Vibrationer användas emellertid ej uteslutande för att försätta nerver i dallring, ej heller ensamt för att stilla plågor. Till tjänst för den stora del af allmänheten, som förmenar, att sjukgymnastikens snart sagdt enda uppgift är att räta ut sneda ryggar och massagens att knåda bort svullnader, vill jag här nämna några af de sjukdomar, hvilkas framgångsrika behandling jag haft tillfälle iakttaga å D:r Arvid Kellgrens institut — det af de båda Kellgrenska instituten som jag senast haft tillfälle att studera.

Det är ej min mening att påstå, att



HENRIK KELLGREN.

ej dessa samma sjukdomar — eller åtminstone somliga af dem — blifvit med god påföljd behandlade enligt den manuella metoden äfven af i Sverige praktiserande läkare och gymnaster. Men det torde med fog kunna sägas, att D:r Arvid Kellgren haft ovanlig framgång med sina kurer och äger stora förutsättningar för att nå lyckliga resultat genom sin skärpa i diagnosen, sitt utomordentliga handlag, sin förmåga att individualisera och modifiera rörelserna och det outtröttliga intresse med hvilket han öfvervakar sina patienter och deras behandling. Det är ej alltid en föreståndare för ett gymnastiskt institut till den grad leder det hela som å D:r Arvid Kellgrens institut är fallet; att det är en stor fördel, när så sker, är självklart.

Blindtarmsinflammation är, såsom hvar och en vet, en på senare tider synnerligen ofta förekommande sjukdom, och operationerna för att borttaga detta rudimentära men ofta så besvärliga organ ha blifvit så vanliga att, såsom någon uttryckt sig, »snart hvarannan människa

löper omkring utan blindtarm». Kniven har härvidlag onekligen gjort mycket gagn och säkerligen räddat månget människolif, men är det möjligt vill man ju helst undgå den. Vibrationerna verka, såsom ofvan nämnts, fördelande vid kongestioner och blodstockningar samt åvägabringa vid febertillfällen en anmärkningsvärdt snabb sänkning af temperaturen; man kan däraf förstå, att de äro af stort gagn vid alla slags inflammationer. Och särskildt vid blindtarmsinflammationer ha de åstadkommit synnerligen gynnsamma resultat. Jag hade tillfälle att å doktor Arvid Kellgrens institut tala med en dam, som i ett svårt anfall af nämnda sjukdom af läkare dömts att opereras men i stället låtit sig behandlas med manuella vibrationer och blott få dagar efter det operation ansetts nödvändig var i stånd att gå ut. Äfven har denna behandling visat sig välgörande, när det gällt att förekomma återfall; en patient, som förut upprepade gånger haft anfall af sjukdomen, har nu sedan elfva år varit befriad därifrån.

Vibrationer verka, såsom ofvan antydts, också å de vasomotoriska nerverna. Gifna å buken ha de en obstruerande effekt. Jag har å nyssnämnda institut sett, hur öfverraskande snabbt de kunna hejda häftiga anfall af diarrhé och tarmkatarr. Det tyckes mig, att särskildt barnläkare borde mera än som sker beakta detta så verksamma och helt ofarliga botemedel mot en bland små barn så vanlig sjukdom. Huru ofta stå ej läkarna maktlösa gentemot de stackars småttingarnas våldsamma kolik- och diarrhéanfall, helst som de vanligen använda obstruerande medikamenten — opium m. m. — äro farliga gifter, hvilka man blott med stor försiktighet kan gifva åt späda patienter.

Höastma eller hösnufva är en sjukdom som de flesta anse obotlig. Det är många som år efter år med fruktan motse den årstid, som annars plägar bringa glädje och vederkvickelse, och som, så snart ängarna börja blomma, fly till de ogästvänliga trakter, där hvarken gräs eller säd växer. Men också denna sjukdom — så väl som den kroniska snufvan — kan häfvas. Äfven svåra fall af vanlig astma — också af många betraktad som hart när obotlig — såg jag botas genom behandling å mera nämnda institut.

Skulle jag våga mig på att uppdraga någon jämförelse emellan de båda Kellgrenska instituten, så skulle jag vilja säga, att direktör Henrik Kellgren är mera benägen för hvad man kallar starka kurer. Han tvekar icke att gifva stark behandling — i fråga om såväl nervfriktioner som massage —, och hans åsikt är, att ju längre stunds behandling man ger en patient, dess bättre är dess verkan.

D:r Arvid Kellgren däremot har för princip att verka med små medel: att genom lugna, milda, i möjligaste måtto smärtfria rörelser inverka på hela nervsystemet. Det är klart, att i fråga om somliga sjukdomar — särskildt i fråga om nevralgier och nevrastheni — det är af vikt att patienternas nerver, redan så angripna, ej bli ytterligare irriterade genom en behandling som vållar smärta. Den plågsamma och nu för tiden så vanliga sjukdom, som kallas ischias, får ofta en behandling, som blir till en verklig tortyr för patienten. »Ondt skall med ondt fördrifvas» är en sats, som många med förkärlek citera särskildt när det gäller att påyrka hårdhändt »massage à la Metzger», men den gamla satsen håller icke alltid streck. Vibrationer verka äfven på den vid sjukdom så ytterst känsliga ischiasnerven snabbt stillande, och behandlingen i sin helhet plägar långt fortare gifva gynnsamma resul-

tat än den mera våldsamma och enbart lokala.

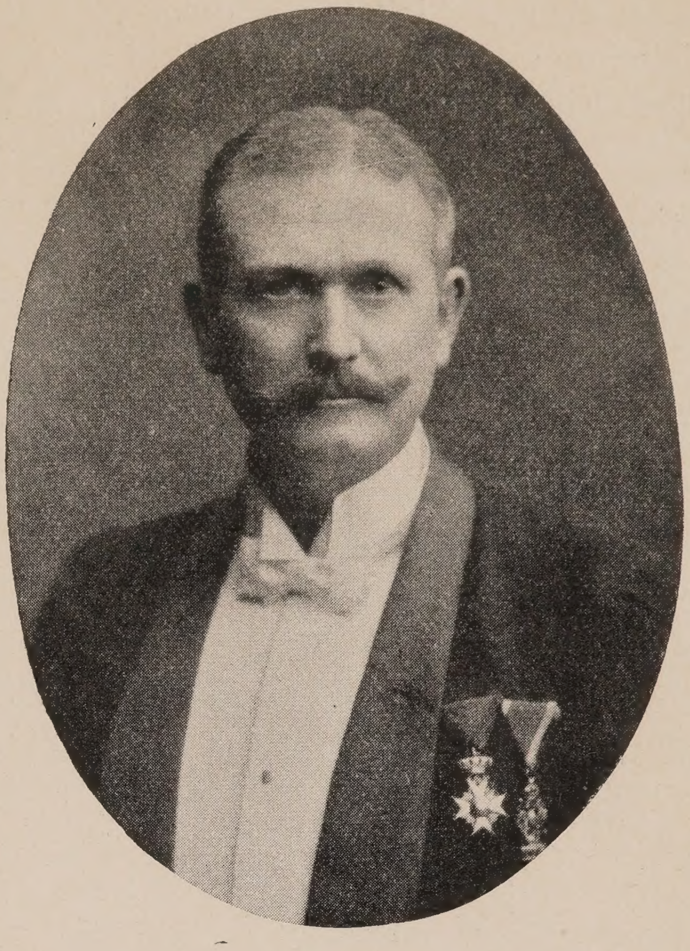
En egendomlighet för direktör Henrik Kellgren är hans »gasteori», d. v. s. teorien att hvarje sjukdom inom människan framkallar gaser, hvilka det blir den gymnastiska behandlingens uppgift att utdrifva ur kroppen. Denna teori omfattas icke af D:r Arvid Kellgren.

Gemensam för de båda brödernas metoder är den omsorgsfulla ryggbehandlingen, afsedd att stärka hela nervsystemet.

Äfven lägges på båda instituten stor vikt vid en genomgående valkning af buken, detta ej blott vid sjukdomar i dess organ utan för att befordra omsättningen i dess helhet.

Ett par detaljolikheter, i hvilka den Kellgrenska massagebehandlingen afviker från den annars vanliga, äro: att knådning etc. i regel gifves å underlag, helst af silke eller linne, och endast undantagsvis å den blottade kroppen samt att, äfven när det senare sker, vaselin, salvor eller puder ej användas.

De båda bröderna äro af samma släkt som skalden Johan Henrik Kellgren. Direktör Henrik Kellgren är född i Alingsås år 1837, genomgick såsom löjtnant vid Västgöta-Dals regemente 1863 Kungl. gymnastiska centralinstitutet, tog afsked från regementet 1869 och afreste till Tyskland, där han upprättade ett institut i Gotha, öfverflyttade år 1874 till London, öppnade där ett gymnastiskt institut och har allt sedan dess praktiserat i världsstaden med stor framgång och växande erkännande. Hans institut vid Eaton Square 49 är beläget i den fashionablaste delen af London och är lifligt frekventeradt. Äfven i Sverige har han ett institut, dock öppet endast under sommarmånaderna. Det är å egendomen Sanna, vackert belägen nära Jönköping. Dit komma årligen



ARVID KELLGREN.

många patienter såväl från England som från Sverige för att i landtlifvets lugn och i frisk skogsluft genomgå kurbehandlingen.

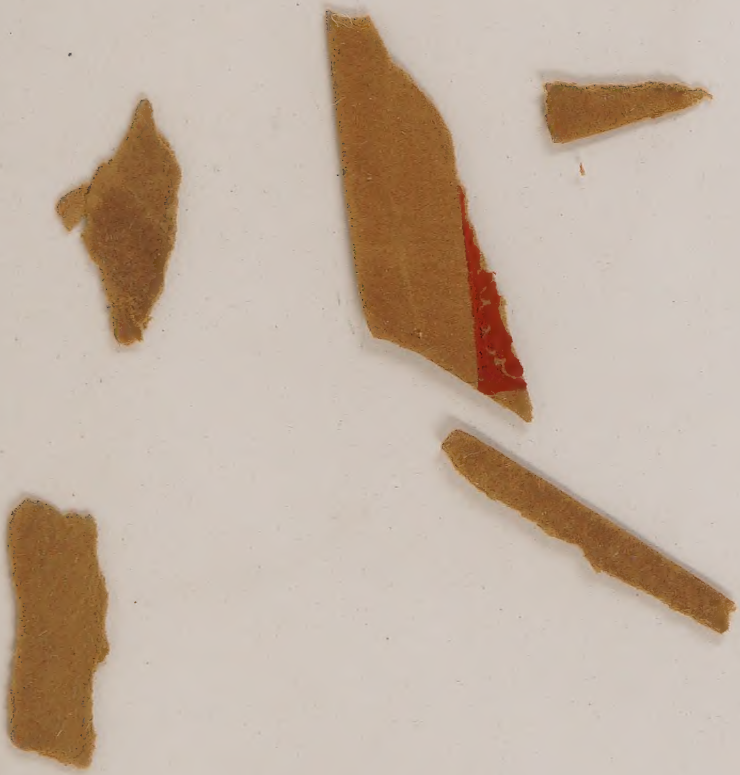
Doktor Arvid Kellgren, född år 1856, aflade studentexamen i Skara 1876, genomgick åren 1877—79 Kungl. gymnastiska centralinstitutet, inträdde 1880 vid medicinska fakulteten af Edinburgh's universitet, blef där Master of Surgery och Bachelor of Medicine år 1886 samt tog medicine doktorsgraden med rekommendation 1889. Under ferietiderna allt ifrån 1876 till början af 1887 arbetade han på sin broders institut; sistnämnda år upprättade han eget institut i London. Detta institut, vid Cromwell Road 94, är liksom broderns beläget i sydvästra Londons eleganta och sundast belägna kvarter och är äfven talrikt besökt. Båda instituten ha luftiga, ljusa lokaler, där man trots gymnastiska apparater, plintar m. m. finner komfort och hemtrefnad.

Hösten 1888 åtföljde doktor Arvid Kellgren kejsarinnan Elisabeth af Österrike såsom hennes läkare på en två månaders tur i Medelhafvet å jakten Miramar samt behandlade henne senare såväl i Wien som i München. Af kejsarinnan mottog han egenhändigt juldagen 1888 på slottet i Wien Järnkrone-orden såsom ett erkännande af behandlingens lyckliga resultat.

Året därefter inbjöds doktor Kellgren att å Marinhospitalet i Pola, den österrikiska flottstationen vid Adriatiska hafvet, hålla en serie föredrag öfver den svenska manuella behandlingen, medan samtidigt metoden demonstrerades genom behandling af patienter å nämnda hospital. På grundvalen af dessa föreläsningar, — som blefvo tryckta i österrikiska marindepartementets sanitetsrapport år 1888 — utarbetade sedermera doktor Kellgren sitt ofvan flera gånger citerade verk, som också utkommit på italienska, franska och tyska (Zur Technik der schwedischen manuellen Behandlung, Verlag Hirschwald, Berlin). Ur detta arbete ha gymnastiska skriftställare lånat åtskilligt; dock har boken, egendomligt nog, aldrig refererats i någon svensk gymnastisk tidskrift. Den innehåller noggranna och förträffligt gifna beskrifningar öfver allehanda slags rörelser; särskildt äro kapitlen om skakningar, vibrationer och nervfriktioner utmärkta. I ingen annan gymnastisk skrift finner man dessa slags rörelser så klart och så utförligt beskrifna. I hög grad belysande äro ock de talrika och ypperliga illustrationerna, utvisande olika rörelser och greppen för rörelser.

Doktor Arvid Kellgren har också gjord sig känd för sitt genom stora donationer ådagalagda intresse för den fosterländska skyttesaken.

»Den svenska gymnastiken är den bästa uppfinning som någonsin blifvit gjord», yttrade i somras en entusiastisk engelsk dam, som å d:r Arvid Kellgrens institut återvunnit sin hälsa. Det är ju ur både patriotisk och gymnastisk synpunkt glädjande att höra sådana loford. Och då man ofta tycker sig här hemma finna alltför litet tilltro till den Lingska gymnastikens hälsobringande verkningar, tänker man stundom, att kanske skola svenskarna, i detta fall liksom i många andra, först via utlandet lära sig riktigt uppskatta hvad värdefullt de äga.



SECOL THETFORD NORFOLK UK

På P. A. NORSTEDT & SÖNERS förlag har nyss utkommit:

SVENSK-ENGELSK ORDBOK.

SKOLUPPLAGA

af

EDMUND WENSTRÖM och **W. E. HARLOCK.**

Nära 900 tvåspalt. sidor. Pris inb. 10 kronor.

Det är ett långvarigt arbete, som härmed vunnit sin afslutning. Påbörjadt för mer än tio år sedan, har det i hufvudsak utarbetats af den numera aflidne ordboksförfattaren **Wenström** i förening med universitetslektorn **Harlock.** Före lektor Harlock medarbetade en längre tid univ.-lektorn **Morgan** till dess han plötsligt afled. Och efter Wenströms död har docenten **Ekwall** tillsammans med lektor Harlock afslutat verket.

Ehuru således fyra personer lagt hand vid ordbokens utarbetning, har dock samma plan alltjämt blifvit följd, hvadan ordboken skall befinnas vara ett homogent arbete.

Det angifver sig såsom skolupplaga, men torde vara tillräckligt äfven för många andra behof såsom handelskorrespondens, öfversättningsarbete etc.

·KGL·HOFBOKTRYCKERIET·

·IDUNS·TRYCKERI·A·B·

·STOCKHOLM·

·ALLT·SLAGS·TRYCK·

·FÖR·HANDEL·OCH·INDUSTRI·UTFÖRES·

·MODERNT·SNABBT·OCH·BILLIGT·

·RIKS.TELEFON·
·180·1754·1575·

·ALLM TELEFON·
·5182·5183·6200·

Stockholm, Kungl. Hofboktr. Iduns Tryckeri-A.-B., 1904.